

# Abstands- und Hygieneplan

## Fitnesstag Feel your Fitness light 2020

Aufgrund der aktuellen Situation sind folgende Regelungen strikt zu beachten und einzuhalten:

- ✓ Wahre IMMER den nötigen Mindestabstand von 1,5 Meter zur nächsten Person
- ✓ In den Wartezeonen und auf allen Wegen innerhalb des Sportzentrum Wests gilt ausnahmslos Maskenpflicht (=> Tragen eines Mund- und Nasenschutzes)
- ✓ Die Turnhallen sind nur über den vorgeschriebenen Wegeplan zu erreichen. Markierungen sind zu beachten.
- ✓ Desinfiziere Deine Hände vor dem Betreten jeder Halle
- ✓ Bitte beachte die Hust- und Niesetikette. Folgende Teilnehmer dürfen **nicht** am Fitnessstag teilnehmen bzw. **nicht** das Sportzentrum West betreten:
  - Personen mit Kontakt zu COVID-19-Fällen in den letzten 14 Tagen
  - Personen mit unspezifischen Allgemeinsymptomen und respiratorischen Symptomen jeder Schwere.
- ✓ Kleingeräte sind nach jedem Kurs zu desinfizieren, hierfür ist der ausführende Übungsleiter verantwortlich. Eine eigens mitgebrachte Sportmatte (bzw. ein adäquater Ersatz) ist zu verwenden, diese werden aus Gründen des Infektionsschutzes nicht vor Ort verliehen.
- ✓ Bitte halte darüber hinaus die ausführlichen Vorgaben des TGL-Hygieneplans ein, der regelmäßig nach den jeweils gültigen gesetzlichen Vorgaben aktualisiert wird. Er findet sich immer auch auf der TGL-Homepage.

Wir danken Euch sehr herzlich für die Beachtung dieser wichtigen Vorschriften, ohne die unser Fitnesstag nicht durchgeführt werden könnte, und wünschen Euch nun ganz viel Spaß und sportliches Vergnügen!

Euer  
Feel your Fitness Team